

**KETERAMPILAN *LONG SERVICE FOREHAND* BULUTANGKIS
(STUDI EKSPERIMEN PADA MAHASISWA PENDIDIKAN
OLAHRAGA UMS ANGKATAN 2018)**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

Oleh:

MALADHAN FAJAR RIDLO

A810170001

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

KETERAMPILAN *LONG SERVICE FOREHAND* BULUTANGKIS (Studi Eksperimen pada mahasiswa Pendidikan Olahraga UMS Angkatan 2018)

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

Maladhan Fajar Ridlo

A810170001

Telah di periksa dan di setujui oleh:

Dosen Pembimbing



Pungki Indarto, S.Pd, M, Or
NIDN: 0628128603

HALAMAN PENGESAHAN

KETERAMPILAN LONG SERVICE FOREHAND BULUTANGKIS
(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga UMS Angkatan
2018)

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Maladhan Fajar Ridlo

A810170001

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada hari 12 Juli 2021 dan

Dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

1. Pungki Indarto, S.Pd, M.Or
Ketua Penguji
2. Eko Sudarmanto, S.Pd, M.Or
Anggota I Penguji
3. Vera Septi Sistiasih, S.Pd, M.Or
Anggota II Penguji

Surakarta, 12 Juli 2021

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan,



Prof. Dr. Sutarna, M.Pd.)

196001071991031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Sukoharjo, 13 Agustus 2021

Penulis



Maladhan Fajar Ridlo

A810170001

KETERAMPILAN *LONG SERVICE FOREHAND* BULUTANGKIS (STUDI EKSPERIMEN PADA MAHASISWA PENDIDIKAN OLAHRAGA UMS ANGKATAN 2018)

Abstrak

Tujuan penelitian dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan Pre test dan Posttest *massed practice* terhadap keterampilan pukulan *long service fore hand*. Penelitian ini menggunakan penelitian populasi eksperimen semu melalui pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi yang digunakan adalah seluruh mahasiswa pendidikan olahraga Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2018 yang berjumlah 127 mahasiswa. Sampel yang digunakan 18 mahasiswa yang mengikuti Minat Bakat Olahraga bulutangkis. Desain penelitian ini desain eksperimen, penelitian diarahkan untuk memadukan hasil distribusi data, data *pre-test* serta data *post-test* yang hanya satu kelompok sampel saja (*one grup pre-test dan post-test design*). Hasil analisis *paired sample t- test* yang dihasilkan dengan melihat ada perbedaan atau tidak *pretest-posttest massage practice* menunjukkan hasil *pretest* maupun *posttest* memiliki perbedaan yang signifikan dalam *long service forehand*. Presentase peningkatan ketepatan *long service forehand* bulutangkis sebesar 37,224%. Terakhir pada *perlakuan massage practice* menunjukkan tidak ada perbedaan Pre test dan Posttest yang signifikan mengenai perlakuan *massage practice*. Hal ini terjadi karena peningkatan hanya sebesar 9,645% artinya bahwa latihan yang dilakukan secara terus menerus para atlet tidak ada perubahan yang signifikan maka untuk meningkatkan keterampilan teknik olahraga tidak dapat dilakukan dalam waktu singkat, memerlukan waktu yang relatif lama serta perencanaan program yang sesuai dengan kebutuhan lapangan yang diinginkan untuk meningkatkan keterampilan gerak.

Kata Kunci: Keterampilan, *Long service forehand*, Bulutangkis

Abstract

The aims of this research are to know the differences between pretest and posttest *massed practice* towards the skill of *long service forehand*. This research applies a quasi-experimental population research through a quantitative descriptive approach with a *one group pretest-posttest design* research without control group and without being selected randomly. The population of this research were all sport education students University Muhammadiyah of Surakarta 2018. There were 127 students but the sample were 18 students who joint badminton sport talent. This research design used is an experimental design, the research directed to combine the results of the distribution of data, pre-test data and post-test data which is only one sample group (*one group pre-test and post-test design*). The results of this t-test sample analysis show that there is a significant differences between pretest and posttest *massage practice* in *long service forehand*. The percentage accuracy is 37,224%. The last, the *massage practice* shows that there is no significant differences between pretest and posttest *massage practice* treatment. This is happened because the increase was only 9.645%, its mean that the practice was carried out continuously or carried out with rest breaks for the athletes there was no significant change, so improving sports technical skills could not be done in a short time, it requires a relatively long time and proper program planning according to the needs of the desired field to improve movement skills.

Keyword : The skill of *long service forehand* in badminton

1. PENDAHULUAN

Pendidikan sangat penting dalam membangun budaya bangsa. Pemerintah memahami pentingnya meningkatkan pendidikan di Indonesia saat ini. Kualitas sumber daya manusia

(SDM) yang akan mempengaruhi kemajuan peradaban bangsa diharapkan dapat ditingkatkan melalui pendidikan. Pemerintah sejauh ini terus berupaya mengembangkan pendidikan tinggi bersama unsur sosial, dengan mengembangkan dan menyempurnakan kurikulum dan sistem penilaian, meningkatkan fasilitas pendidikan, mengembangkan dan pengadaan bahan ajar. serta pelatihan bagi guru dan tenaga kependidikan lainnya.

Peran olahraga dalam kehidupan manusia sangatlah penting. Olahraga berkembang menjadi komoditas ekonomi dan industri pada era informasi dan teknologi. Prestasi tertinggi diperoleh dari pembinaan bakat yang baik, dikatakan baik jika pilihan minat olahraga sesuai dengan bakat seseorang, sehingga dapat dibina secara efektif. Bulutangkis merupakan olahraga yang populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia, mulai dari anak-anak hingga orang tua, pria dan wanita. Bulutangkis menyebar dengan cepat di pelosok-pelosok desa Negara Indonesia bisa dikenal dalam dunia internasional dengan olahraga bulutangkis ini. Yaitu dengan prestasi atlet Indonesia. Dengan mempopulerkan bulutangkis, maka upaya-upaya harus terus didorong dan ditingkatkan untuk mencapai prestasi bulutangkis guna melestarikan dan meningkatkan keberhasilan yang telah diraih guna membawa nama baik Negara Indonesia di mata dunia.. (K4608027 & FAK, 2013)

Kegiatan peminat bakat bulu tangkis ini berlangsung seminggu sekali, mulai pukul 07.00 hingga 10.00 WIB setiap hari Jumat. Namun pada kenyataannya, siswa tidak melakukan minat bakat olahraga secara maksimal. Dalam latihan rutin, beberapa mahasiswa tidak melakukan gerakan teknik yang benar untuk melakukan servis, sehingga *shuttlecock* yang diservis tidak mencapai garis servis lawan, serta servis banyak yang masih nyangkut di net. Selain itu, banyak yang melakukan kesalahan saat melakukan pukulan servis. Diantaranya banyak yang masih menginjak garis, saat pegangan gagang raket tidak diturunkan, kaki tidak dalam kondisi tetap, dll. Sehingga *shuttlecock* yang diservis menjadi mudah untuk dikembalikan bahkan dapat dismash oleh lawan.

Tidak ada tes dalam melakukan pukulan servis selama Minat Bakat Olahraga dilakukan. Sehingga masih banyak siswa yang melakukan kesalahan servis. Secara fisik, tidak ada siswa yang cacat fisik sehingga mendukung siswa dalam bermain bulu tangkis, terutama dalam melakukan *long service forehand*. Sistem latihan yang digunakan pada Minat Bakat Olahraga ini menggunakan sistem bermain dimana dalam prakteknya diterapkan sistem bermain ganda dan individu.

Servis merupakan teknik bulutangkis yang sangat penting, karena merupakan awal dari pertandingan bulutangkis. Ini bukan hanya tentang memulai permainan tetapi juga

menyerangnya. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti dengan ilmiah serta mendalami tentang kemampuan servis panjang dalam permainan bulutangkis, sehingga peneliti mengambil judul “ keterampilan *Long Service Forehand* Bulutangkis (Studi eksperimen pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga UMS angkatan 2018) “. Tujuan dalam Penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *massed practice* terhadap keterampilan pukulan *long service fore hand*.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian populasi eksperimen semu melalui pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*, yakni tanpa adanya kelompok kontrol, serta tanpa dipilih *random*. Keunggulannya ialah dilakukan *pretest-posttest*, oleh karena hal tersebut bisa diketahui perbedaan dari *treatment* yang telah dilakukan (Jasmani et al., n.d.)

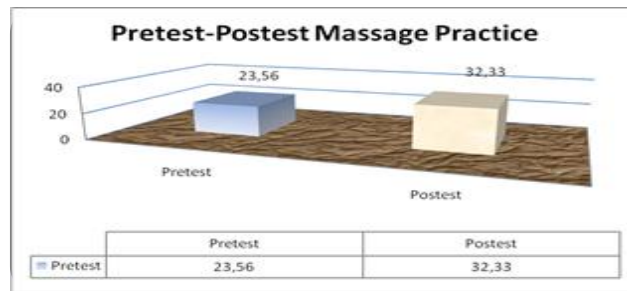
Pelaksanaan Pretest dilaksanakan pada Hari Minggu Tanggal 21 Februari 2021, *Treatment* dilaksanakan setelah pretes dilakukan dan di lakukan sebanyak 16 kali pertemuan dan untuk pelaksanaan Post Tes dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 4 April 2021. Sampel dalam penelitian ini adalah yang mengikuti Minat Bakat Olahraga yang berjumlah 18 mahasiwa. Variabel penelitian ini terdiri dari: Variabel bebas yang dimanipulasi, yaitu metode *massed practice*, Variabel bebas yang dikendali, yaitu kemampuan keterampilan *long serve forehand*, Variabel terikat, yaitu hasil latihan *long serve forehand*.

Instrumen yang baik yaitu instrumen yang mempunyai validitas dan reliabilitas. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid (dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur), sedang instrumen yang reliabilitas yaitu instumen yang jika digunakan beberapa kali dalam pengukuran objek sama yang menghasilkan data yang sama (Sugiyono 2010: 267) (Suryani, 2015).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Diskripsi *Pretest-Posttest Massage Practice*

Dari keseluruhan data yang dihasilkan dengan melakukan praktek sebanyak 10 kali pada ketepatan sasaran *longservice forehand* dilihat dari nilai rata-rata yang dihasil dengan disajikan Gambar berikut ini adalah:

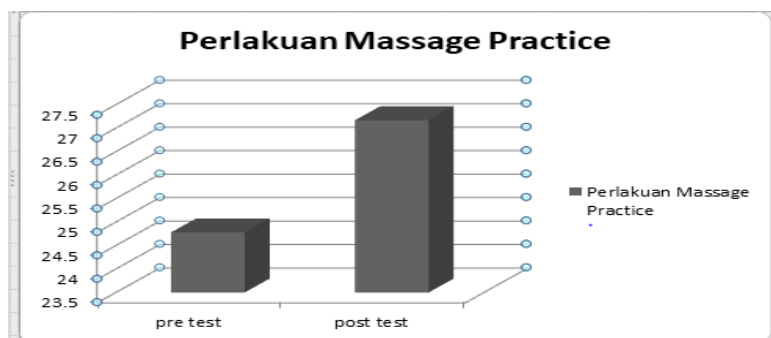


Gambar 1. Pretest-Posttest Massage Practice

Berdasarkan gambar dengan nilai rata-rata *pretest-posttest massage practice* ketepatan sasaran *log service forehand* maka saat dilakukan *pretest* nilainya sebesar 23,56 sedangkan mahasiswa atau responden ketika sudah diberikan pelatihan bagaimana *service long forehand* yang baik agar tepat sasaran menghasilkan nilai rata-rata 32,33 artinya ada peningkatan antara *pretest* yang dilakukan dengan *posttest* dalam praktek secara terus menerus tanpa menggunakan jeda (*massage practice*).

3.2 Hasil Diskripsi Perlakuan *Massage Practice*

Dari keseluruhan data yang dihasilkan dengan melakukan praktek sebanyak 10 kali pada ketepatan sasaran *longservice forehand* Dilihat dari nilai rata-rata yang dihasilkan dengan disajikan Gambar berikut ini adalah:



Gambar 2. Perlakuan Massage - Practice

Berdasarkan gambar dengan nilai rata-rata perlakuan *massage - practice* ketepatan sasaran *long service forehand* maka saat dilakukan perlakuan *massage practice* (praktek dilakukan tanpa jeda) nilainya sebesar 24,78.

3.3 Hasil Uji Prasyarat

Sebelum pengujian analisis perbedaan menggunakan *paired sample t test* perlu dilakukan uji ini untuk menentukan persebaran data yang dihasilkan merata atau tidak dan memiliki nilai yang homogen atau tidak sehingga data yang dihasilkan akan konsisten. Pengujian prasyarat ini dilakukan dengan alat analisis *software SPSS versi 20.5*

3.3.1 Uji Normalitas

Pengujian pertama mengenai normalitas dimana data yang dihasilkan akan diuji dengan menentukan metode *kolmogorove-smirnov*. Perhitungan yang dilakukan dengan *software spss* yang hasilnya adalah:

1) Hasil Pretest-Posttest Massage Practice

Tabel 1. Hasil Analisis Normalitas 1

Metode	P	Sig.	Keterangan
Pretest	1,278	0,076	Beridistribusi Normal
Posttest	0,791	0,560	Beridistribusi Normal

Hasil uji normalitas berdasarkan *pretest-posttest massage practice* menunjukkan nilai *kolmogorove smirnov* pada *pretest* sebesar 1,278 dengan signifikansi 0,076 dan pada *posttest* sebesar 0,791 dengan signifikansi 0,560 maka dapat dikatakan bahwa nilai signifikansi baik *pretest* maupun *posttest* lebih dari 0,05 yang artinya data yang diperoleh memiliki persebaran yang normal pada *pretest-posttest massage practice*.

2) Hasil Perlakuan Massage Practice

Tabel 2. Hasil Analisis Normalitas 3

Metode	p	Sig.	Keterangan
Massage Practice	0,526	0,945	Beridistribusi Normal

Hasil uji normalitas berdasarkan perlakuan *massage practice* menunjukkan nilai *kolmogorove smirnov* pada *pretest* sebesar 0,526 dengan signifikansi 0,945 maka dapat dikatakan bahwa nilai signifikansi baik perlakuan *massage practice* lebih dari 0,05 yang artinya data yang diperoleh memiliki persebaran yang normal pada perlakuan *massage practice*.

3.3.2 Uji Homogenitas

Pengujian ini menggunakan untuk kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. *Role of thumb* dalam homogenitas akan nilai *p value* $> 0,05$ maka analisis dinyatakan homogen begitu juga sebaliknya. Hasil analisis yang disajikan penelitian ini adalah:

1) Hasil Pretest-Posttest Massage Practice

Tabel 3. Hasil Analisis Homogenitas 1

Metode	df1	df2	Sig.
Pretest-Posttest	1	34	0,233

Berdasarkan hasil analisis *pretest-posttest massage practice* menunjukkan bahwa nilai signifikansi atau *p value* nya sebesar $0,233 > \text{sig. } 0,05$ maka data yang diperoleh bersifat homogen, Data yang bersifat homogen dapat dilakukan analisis lanjutan proses statistik parametrik.

2) Hasil Perlakuan Massage Practice

Tabel 4. Hasil Analisis Homogenitas 3

Metode	df1	df2	Sig.
Massage Practice	1	34	0,193

Berdasarkan hasil analisis perlakuan *massage practice* menunjukkan bahwa nilai signifikansi atau *p value* nya sebesar $0,193 > \text{sig. } 0,05$ maka data yang diperoleh bersifat homogen, Data yang bersifat homogen dapat dilakukan analisis lanjutan proses statistik parametrik.

3.4 Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis untuk menentukan apakah ada perbedaan atau tidak antara *pretest*, *posttest* atau perlakuannya baik *massage practice*. Dalam penelitian ini menggunakan statistik parametrik dihasilkan karena sampel kecil yang menyatakan < 30 responden menggunakan parametrik. Pengujian hipotesis menggunakan *paired sample t test* dikarenakan model penelitian menggunakan sampel yang datanya berhubungan atau sampelnya berpasangan. Hasil analisis yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

3.4.1 Hasil Uji t Pretest-Posttest Massage Practice

Tabel 5. Hasil Uji t Pretest-Posttest Massage Practice

Metode	Rata Rata	<i>t test for Euquality mean</i>				%
		t hitung	t tabel	Sig.	Selisih	
Pretest	23,56	4,594	2,101	0,000	8,77	37,224
	32,33					
Posttest						

Hasil analisis yang diperoleh berdasarkan Tabel 5 diatas adalah nilai t hitung 4,594 dengan t tabel 2,101 (sampel 18 responden) dan signifikansi 0,000 dengan *level of sig.* 0,05. Oleh karena itu hasilnya $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ atau signifikansi $0,000 < 0,05$

maka dapat diartikan ada perbedaan yang signifikan antara *pretest-posttest massage practice* pada *long service forehand* bulutangkis dengan peningkatan sebesar 37,224%.

3.4.2 Hasil Uji t Perlakuan *Pretest* dan *Posttest Massage Practice*

Tabel 6. Hasil Uji t Perlakuan *Pretest* dan *Posttest Massage Practice*

Metode	Rata Rata	<i>t test for Euquality mean</i>				%
		t hitung	t tabel	Sig.	Selisih	
Massage Practice	24,78	1,397	2,101	0,180	2,39	9,645

Hasil analisis yang diperoleh berdasarkan Tabel 6 diatas adalah nilai t 1,397 dengan t tabel 2,101 (sampel 18 responden) dan signifikansi 0,180 dengan *level of sig.* 0,05. Oleh karea itu hasilnya t hitung < t tabel atau signifikansi 0,180 > 0,05 maka dapat diartikan tidak ada perbedaan *pretest* dan *posttest* yang signifikan antara perlakuan *massage practice* pada *long service forehand* bulutangkis dengan peningkatan sebesar 9,645%.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa *pretest dan posttest massage practice* ada perbedaan yang signifikan dengan ditandai peningkatan nilai rata-rata sebesar 37,224%.

DAFTAR PUSTAKA

- Belajar, W., Di, T., Ngadiluwih, K., Syani, A. K., Mufid, S., Hazin, M., & Islam, P. A. (2017). *Khazanah Pendidikan Jurnal Ilmiah Kependidikan*, Vol. XI, No. 1 (September 2017). XI(1), 25–38.
- Bimbingan, J., Konseling, D. A. N., Pendidikan, F. I., & Semarang, U. N. (2013). *Pada Siswa Komunitas Sastra Di Thoyyibah Salatiga (Studi Kasus Pada Siswa Komunitas Sastra Di Sekolah Alternatif Qoryah Thoyyibah)*.
- Fernando, A., & Ronni, Y. (2020). Pengaruh Latihan dengan Metode Massed Practice dan Distributed Practice terhadap Kemampuan Three Point Shoot Bolabasket. *Jurnal Patriot*, 2(1), 1–14.
- Hafiz, A., Kependidikan, P. S., Guru, B., & Jabatan, D. (2014). *SKRIPSI LONG SERVE DALAM PERMAINAN*.
- Hendra Sutiyawan, T., Yunitaningrum, W., & Purnomo, E. (2015). Keterampilan Teknik Dasar Pukulan Pada Proses Pembelajaran Bulu Tangkis. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(8), 1–15.
- Indarto, P., Subekti, N., & Sudarmanto, E. (2018). *Pengukuran tingkat minat dengan bakat mahasiswa pendidikan olahraga universitas muhammadiyah surakarta*. 1(2).

- Jasmani, S.-P., Rekreasi, K., & Olahraga, F. I. (n.d.). *Pengaruh Penggunaan Media Colours Paper Terhadap Keterampilan Pukulan Service Panjang Forehand Bulutangkis Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Di MAN 3 Blitar* Dicky Arditya Aji *, Advendi Kristiyandaru. 247–251.
- Junanda, H. A., Rusdiana, A., Rahayu, N. I., Indonesia, U. P., Setiabudhi, J., & Bandung, N. (2016). *Kecepatan Dan Akurasi Shuttlecock Pada*. 01(01), 17–23.
- K4608027, U. F., & FAK. (2013). No Title. *Olahraga*, 1(1), 1.
- Kasus, S., Kelas, D., Smp, V. I. I., & Hasyim, W. (2014). *Pengaruh Berpikir Kristis Terhadap Kemampuan Siswa Dalam Memecahkan Masalah Matematika*. 3(1).
- Maininfo, T. (2020). *债券研究回顾历次全球性疫情, 如何映射到当下市场专题研究——债券专题报告证券研究报告向外输出。从受影响范围来看, 此次新冠肺炎的冲击可类比于 2009 年的“次生”冲击。主要国家受到的经济冲击都是一次性的, 持续时间 1- 力更甚, . 1–106.*
- Sulistiyarto, S., & Kes, M. (2016). *Moch . Nifkhanul Asfiyani Abstrak*. 06(2).
- Suryani, U. (2015). No Title. *Tingkat Kemampuan Long Service Forehand Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SD NEGERI 2 Janturan, Pengasih, Kabupaten Kulonprogo*, 1(1), 24. -